



6 ABRIL

DIA MUNDIAL DA ATIVIDADE FÍSICA

PARQUE MULTIDESPORTIVO NAIDE GOMES

- 9h00/19h00** Avaliação Física e Rastreios
- 10h45** Zumba Fitness
- 10h30** Dança Kids
- 11h15** Cross Kids
- 13h00** Cycle
- 16h30** Pilates
- 18h00** Treino adaptado
- 18h15** BodyPump
- 19h00** Técnicas de Corrida
- 19h15** BodyBalance
- 20h30** Step

STRADA OUTLET

- 10h00** Yoga Sénior
- 10h45** Yoga Sénior
- 13h15** Zumba
- 14h30** Dança Sénior
- 15h15** Dança Sénior
- 19h45** Body Attack

"FAÇA EXERCÍCIO CONNOSCO E GANHE PRÉMIOS!"

**Mantenha-se ativo
pela sua saúde!**